

Notfälle auf dem Sportplatz

Ursachen, Prävention und Maßnahmen

Internistische Notfälle

Dr. Ulrich Schneider
Sportklinik Hellersen
Abteilung Sportmedizin/Innere Medizin

Ursachen internistischer Notfälle

- Herz-/Kreislaufkrankungen
- Lungenerkrankungen
- Stoffwechselerkrankungen
- Infekte
- Flüssigkeitsmangel (Dehydratation)

Herzerkrankungen -Ursachen-



- Veränderungen der Herzmuskulatur
- Veränderungen der Herzklappen
- Herzrhythmusstörungen
- Verminderung der Koronardurchblutung

Traumatische Unfälle



Tödlicher Sportunfall Zusammenstoß

Düren • Nach einem Zusammenprall bei einem Fußballspiel in Düren ist ein 42-jähriger Familienvater gestorben. Nach Polizeiangaben von gestern waren der Mann und ein Spieler der gegnerischen Mannschaft am Freitagabend während der zweiten Halbzeit mit den Köpfen zusammengestoßen, als beide gleichzeitig zum Ball sprangen. Der 42-Jährige brach bewusstlos zusammen und wurde mit einem Rettungshubschrauber ins Krankenhaus gebracht. Dort starb er. Nach ersten Ermittlungen geht die Polizei von einem „tragischen Sportunfall“ aus. Von unsportlichem Verhalten oder Foulspiel könne keine Rede sein. Bereits in der ersten Halbzeit war der 42-Jährige nach einem Zusammenprall vom Spielfeld getaumelt, hatte sich für die zweite Halbzeit jedoch wieder aufstellen lassen. • dpa

RN 02.05.2008

Commotio cordis: Nach stumpfen Brust- bzw. Herztrauma ohne morphologisches Substrat

Contusio cordis: Nach stumpfen Brust- bzw. Herztrauma mit meist bleibender Schädigung des Herzens

Symptome eines Notfalles



- Bewusstlosigkeit, Atemstillstand
- Kollapsereignis
- Synkope (kurzdauernder Bewußtseinsverlust)
- Luftnot
- Angina pectoris mit/ohne Ausstrahlung
- Schwächegefühl; verminderte Leistungsfähigkeit
- Herzklopfen, -rasen; Pulsunregelmäßigkeiten
- Schwindel
- Oberbauchschmerzen
- Vegetative Begleitsymptomatik (Schwitzen, Übelkeit)

Psychische Erste Hilfe



Ansprache

Beruhigung/ Abschirmung

Kontrolle eigener Reaktionen

Freundlich, klar und sachlich handeln

Vitalfunktionen



Bewusstsein
(Ansprechen, an den Schultern rütteln)

Bei Bewusstlosigkeit:
Atmung überprüfen (Sehen, hören, fühlen),
in Rückenlage

~~Kreislauffunktion (Puls)~~

Handeln am Notfallort



Hilferuf, Aufmerksamkeit erregen

Aufforderung zur Unterstützung

Verständliche Anweisungen an Helfer

Aufgaben delegieren (z.B. Benachrichtigung
des Rettungsdienstes)

Handeln bei Notfällen



Kollaps

Kollaps



Bewusstseinsprüfung (Ansprechen)

Rückenlagerung, Beine anheben

Flüssigkeitsgabe

ggf. Arztbenachrichtigung

Handeln bei Notfällen



Luftnot

Luftnot



Herzerkrankungen:

Oberkörperhochlagerung, Notarztalarmierung

Beruhigung

Verabreichung der Notfallpräparate (Medikation des Patienten)

Kleidung lockern

Frische Luft

Oberkörperhochlagerung

Notarztalarmierung

Luftnot



Asthma bronchiale:

Beruhigung

Verabreichung der Notfallpräparate (Medikation des Patienten)

Kleidung lockern

Frische Luft

Anwendung der Lippenbremse und des Kutschersitzes,
atemerleichternde Sitzposition

Notarzalarmierung

Vitalfunktionen



Bewusstsein

(Ansprechen, an den Schultern rütteln)

Bei Bewusstlosigkeit:

Atmung überprüfen (Sehen, hören, fühlen),
in Rückenlage

~~Kreislauffunktion (Puls)~~

Handeln bei Notfällen



Bewusstlosigkeit, normale Atmung

Stabile Seitenlage

Regelmäßige Atemkontrolle

Handeln bei Notfällen



Bewusstlosigkeit, keine normale Atmung

(Röcheln oder Schnappatmung sind keine normale Atmung!)

Auffinden einer leblosen Person



Ansprache und Rütteln an den Schultern



Person in Rückenlage bringen

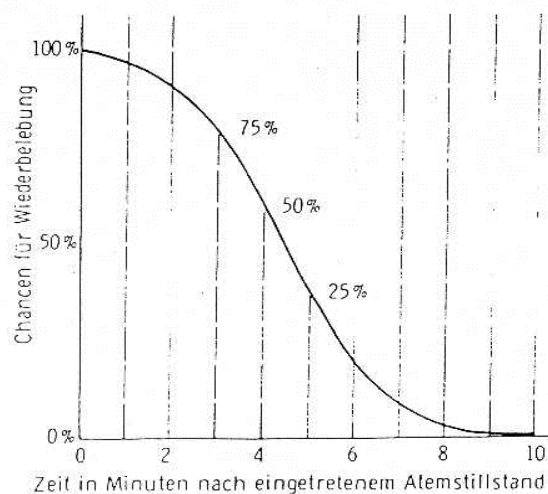


Prüfung der Atmung durch Hören, Fühlen und Sehen
(mindestens 10 Sekunden)



Reanimationsbeginn

Herz-Kreislauf Stillstand -Reanimation-



Notfalllogistik



- Erste-Hilfe-Kurse
- Notrufnummern für Rettungsdienst und Krankentransport
- Standort Telefon, Funktionsweise, Mobiltelefon
- Adresse der Sporteinrichtung
- Standort Erste-Hilfe-Materialien
- Ausstattung Erste-Hilfe-Materialien, Notfallrucksack
- AED Gerät
- Sanitätsraum
- Training von Risikopatientinnen oder -patienten

Sportuntersuchung



Abklärung der Sporttauglichkeit

- uneingeschränkt, eingeschränkt
- Internistisch/orthopädisch

Trainingsberatung

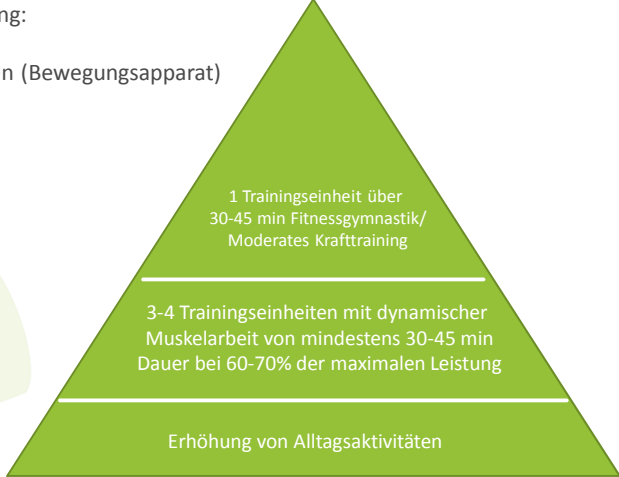
- Gesundheitssport
- Leistungssport
- interdisziplinär mit Sportwissenschaftlern, Physiotherapeuten, Übungsleitern

Sport und art. Hypertonie

-Trainingsintensität,-umfang,-häufigkeiten-

**SPORTKLINIK
Hellersen**

Individuelle Beratung:
Begleiterkrankungen (Bewegungsapparat)
Leistungsfähigkeit
Motivation



1 Trainingseinheit über
30-45 min Fitnessgymnastik/
Moderates Krafttraining

3-4 Trainingseinheiten mit dynamischer
Muskelarbeit von mindestens 30-45 min
Dauer bei 60-70% der maximalen Leistung

Erhöhung von Alltagsaktivitäten

Mod. N. Predel HG. Bluthochdruck und Sport. Deutsche Zeitschrift für
Sportmedizin 2007;58(9):328-333.

Borgskala

**SPORTKLINIK
Hellersen**

6	←	Überhaupt nicht anstrengend
7	←	Extrem leicht
8		
9	←	Sehr leicht
10		
11	←	Leicht
12		
13	←	Etwas anstrengend
14		
15	←	Anstrengend (schwer)
16		
17	←	Sehr anstrengend
18		
19	←	Extrem anstrengend
20	←	Maximale Anstrengung

Commotio Cordis



- ❖ Kinder und Jugendliche (mittleres Alter 13 Jahre)
- ❖ Ventrikuläre Arrhythmien, (Verletzungen der Koronargefäße) ausgelöst durch einen Schlag auf den Brustkorb, durch Aufprall eines Balles auf den Brustkorb
- ❖ Schutzausrüstungen, „Safety arena“

Maron BJ. Sudden Death in Young Athletes. N Engl J Med 2003;349:1064-1075
www.postsv.com

Prävention von internistischen Notfällen



Screening,
Sportuntersuchung

Beratung

Schutzausrüstung

Safety Arena

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

